Język. Religia. Tożsamość
nr 1 (29) / 2024
s. 221-244

ISSN 2543-6406
e-ISSN 2544-1701
LICENCJA: CC-BY-NC 4.0

Joanna Betlejewska
Akademia im. Jakuba z Paradyża w Gorzowie Wielkopolskim
ORCID: 0009-0003-0998-3461

Andragogiczne aspekty *gamingu* (raport z badań)[1]

Andragogical aspects of gaming (research report)

Streszczenie
Artykuł dotyczy korzyści płynących z grania w gry komputerowe przez osoby dorosłe. Korzyści te rozpatrzono w aspekcie społecznym, dydaktycznym i edukacyjnym oraz w kontekście pracy zawodowej, a także psychologicznym oraz w zakresie profilaktyki i terapii osób dorosłych. Celem artykułu jest przybliżenie ludycznych i pozaludycznych zastosowań gier komputerowych, zagadnień dotyczących pedagogiki mediów w odniesieniu do andragogiki. To także powzięcie próby odpowiedzi na pytania o to, jakie korzyści niesie za sobą gaming, a także sprzężenie owych profitów do przedmiotu andragogiki w rozumieniu edukacji i rozwoju osób dorosłych. Artykuł uzupełniono raportem z badań własnych.

Słowa kluczowe: gra komputerowa, gra wideo, gaming, andragogika, pedagogika mediów

Abstract
This article deals with the benefits of gaming for adults. These benefits are considered in the social, didactic and educational aspects and in the professional context, as well as psychological and preventive and therapeutic aspects for adults. The purpose of the article is to introduce the ludic and non ludic uses of computer games, issues of media pedagogy in relation to andragogy. It is also an attempt to answer questions about the benefits of gaming and how these benefits relate to the object of andragogy in terms of adult education and development. The article is supplemented by a report from the author's research.

Keywords: computer game, video game, gaming, andragogy, media pedagogy

[1] Artykuł opracowano na podstawie pracy magisterskiej: J. Betlejewska, *Gry komputerowe wśród osób dorosłych – aspekt andragogiczny*, Wydział Humanistyczny, Akademia im. Jakuba z Paradyża w Gorzowie Wielkopolskim 2023, promotor prof. AJP dr hab. M. Wasilewski.

1. Wprowadzenie

Historia gier komputerowych jest pasjonująca, ukazuje cierpliwość, ogrom wiedzy oraz samozaparcia jej twórców i trwa już od lat pięćdziesiątych XX wieku, choć dopiero lata dziewięćdziesiąte XX wieku zapisały się w świadomości graczy, poprzez umasowienie. Zainteresowanie gamingiem postrzegane jest od lat najczęściej pejoratywnie – jako uzależnienie, marnowanie czasu i potencjału. Znaczna część badań prowadzonych w Polsce i na świecie skupia się na niszczącym wpływie gier komputerowych na relacje międzyludzkie, wzrost agresywności czy alienację jednostek. Częstym jest również rozpatrywanie zjawiska gamingu w kategoriach cyberprzemocy, chęci ucieczki od realnego świata i problemów w nim przeżywanych. Grom komputerowym zarzuca się, że prowadzą do desensytyzacji jednostki. Jednakże aktualnie gry wideo odgrywają kluczową rolę w życiu milionów Polaków i miliardów ludzi na całym świecie, a zamiłowanie do gamingu wykracza poza wiek, rasę, kulturę, płeć, status społeczny, a nawet wyznanie.

2. Teoretyczne podstawy badań edukacyjnych nad grami komputerowymi

2.1. Andragogika jako nauka o edukacji dorosłych

Andragogika jest subdyscypliną pedagogiki, zwana inaczej pedagogiką dorosły, a jej obiekt badań edukacją permanentną[2] lub ustawiczną[3]. U Wincentego Okonia czytamy, że to „jedna z nauk pedagogicznych zajmująca się badaniem zagadnień kształcenia, samokształcenia i wychowania młodzieży pracującej i dorosłych”[4]. Andragogika stara się odpowiedzieć na pytanie o to, kim może się stać człowiek dorosły, jaki poziom rozwoju może osiągnąć, jeśli stworzy mu się optymalne warunki edukacji. Nauka ta pomaga zrozumieć proces przeistoczenia potencjału jednostki w autentycznie przydatne umiejętności w rolach społecznych, jakie dany człowiek pełni. Jak podaje podstawowa teza Hamburskiej Deklaracji Edukacji Dorosłych z 1997 roku „[u]czenie się przez całe życie jest jednym z kluczy do XXI wieku, stanowi zarówno rezultat aktywnego obywatelstwa, jak i warunek pełnego uczestnictwa w społeczeństwie”[5]. Czy granie w gry komputerowe można uznać za nierozmyślny (nieintencjonalny) element owego procesu uczenia się?

---

2 B. Suchodolski, *Edukacja permanentna - rozdroża i nadzieje*, Warszawa 2003.

3 A. Horbowski, *Edukacja do dialogu potrzebą społeczną*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych” 2005, nr 3.

4 W. Okoń, *Andragogika*, *Nowy słownik pedagogiczny*, Warszawa 2007, s. 29.

5 J. Półturzycki, *Tendencje rozwojowe edukacji dorosłych w XXI wieku*, [w:] *Nauczyciel andragog u progu XXI wieku*, red. W. Horynia, J. Maciejewski, Wrocław 2002, s. 18.

2.2. Pedagogika mediów jako subdyscyplina pedagogiki

Pedagogika mediów (lub medialna) to nowa nauka, która ma być odpowiedzią na przemiany społeczne, kulturowe czy gospodarcze. Ma ona charakter interdyscyplinarny czerpiąc z dorobku psychologii, socjologii, filozofii, antropologii czy informatyki i telekomunikacji. Przyjmuje się (biorąc pod uwagę łacińskie znaczenie słowa *media,* l. poj. *medium*: *środek, przewodnictwo, pośrednictwo*), że media to „pośredniki, przekaźniki, sposoby lub kanały przepływu informacji pomiędzy nadawcą a odbiorcą”[6]. Pedagogika medialna upatruje w mediach rolę podniesienia efektywności procesu nauczania i uczenia się. W związku z tym narodziła się potrzeba rozwoju pedagogiki medialnej jako dziedziny zajmującej się mediami w ich rolach dydaktycznych i wychowawczych[7]. Za K. Krzysztofkiem warto wspomnieć, że „[r]elacja komputer-człowiek-społeczeństwo jawi się jako najważniejszy dziś przedmiot refleksji nauk społecznych”.[8]

2.3. Ludologia czyli nauka o grach

Gry komputerowe są istotnym czynnikiem wpływającym na wzrost znaczenia zabawy w zróżnicowanych aspektach życia, czyli na progresję ludyfikacji. Ludologia (ang. *Ludology*), inaczej groznawstwo (ang. *game studies*) to interdyscyplinarna dziedzina naukowa, zajmująca się systematycznym badaniem gier z różnych perspektyw. Obserwatorium Językowe Uniwersytetu Warszawskiego określa ludologię jako „dziedzinę humanistyki zajmującą się badaniem gier”[9]. Z kolei G. Frasca twierdzi, że ludologia to „dyscyplina, która bada aktywności gry i zabawy”[10]. Wsparciem dla działań ludycznych jest retrogranie (ang. *retrogaming*). W Polsce instytucją formalną, która zajmuje się zachowaniem klasycznych tytułów gier komputerowych, jest Fundacja Promocji Retroinformatyki *Dawne Komputery i Gry* z Wrocławia oraz Muzeum Historii Komputerów i Informatyki w Katowicach. Wyróżnić należy również Polskie Towarzystwo Badania Gier[11] skupiające naukowców i studentów zainteresowanych szeroko pojętą problematyką gier.

---

6 W. Strykowski, *Pedagogika medialna*, [w:] *Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku*, red. T. Pilch, Warszawa 2005, s. 168.

7 W. Strykowski, *Pedagogika i edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*, [w:] *Edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*, red. S. Juszczyk, Toruń 2002, s. 4.

8 K. Krzysztofek, *Okno na e-świat*, [w:] *Wielka sieć. E-seje z socjologii Internetu*, red. J. Kurczewski, Warszawa 2006.

9 *Ludologia*,: Obserwatorium Językowe Uniwersytetu Warszawskiego, https://nowewyrazy.uw.edu.pl/haslo/ludologia.html [dostęp: 3.08.2022].

10 G. Frasca, *Ludology meets narratology: similitude and diferences between (video) games and narrative*, „Parnasso” 1999, nr 3, https://ludology.typepad.com/weblog/articles/ludology.html [dostęp: 14.08.2022].

11 Polskie Towarzystwo Badania Gier, https://www.ptbg.org.pl/ [dostęp: 03.08.2022].

2.4. Gry komputerowe

Gry komputerowe zadziwiająco szybko ewoluowały z pozycji zabawki do jednego z najistotniejszych mediów na całym świecie. Służą celom rozrywkowym, edukacyjnym, nawet zawodowym czy społecznym. W ciągu zaledwie kilku dekad liczba graczy na całym świecie przekroczyła w 2022 roku imponującą liczbę 3 miliardów[12].

Grę w znaczeniu ogólnym C. Crawford zdefiniował, niezależnie od jej formy, jako „zamknięty system formalny, który reprezentuje subiektywny podzbiór rzeczywistości"[13]. Gra komputerowa to rodzaj interaktywnego oprogramowania przeznaczonego do celów rozrywkowych lub edukacyjnych. G. Frasca określił grę wideo jako wszelkie formy komputerowego oprogramowania rozrywkowego, tekstowego lub obrazowego, które to korzystają z dowolnej platformy elektronicznej i które angażują jednego lub wielu graczy jednocześnie w środowisku lokalnym lub sieciowym[14]. Gry wideo są uznawane za nową formę sztuki i jak podaje J. Jull złożone są z dwóch powiązanych ze sobą elementów: reguł i fikcyjnego świata[15]. Tym co odróżnia grę elektroniczną od tradycyjnego medium edukacyjnego, jak książka czy film, jest interaktywność.

2.5. Gracze w Polsce

Branża gier komputerowych – w porównaniu do innych mediów, rozwija się zaskakująco szybko, a wraz z jej rozwojem przybywa graczy. Kim zatem jest podmiot owych zmian? Mianem gracza określono osobę, która w ciągu ostatniego miesiąca zagrała w grę na dowolnej z platform. Gracze europejscy to druga co do wielkości społeczność graczy na świecie (386 mln), z czego na 2020 rok w Polsce graczy jest 16 milionów[16]. Jak pisze K. Prajzner[17], E. Aarseth uznaje, że gracza definiuje podporządkowanie się systemowi gry, a wchodzenie w tę rolę odbywa się poprzez proces uczenia.

Interesującym zjawiskiem jest rosnąca rokrocznie liczba grających kobiet, a dodatkowo, jak przekonuje T. Kamiński, wyniki badań na gruncie polskim pokrywają się z wynikami uzyskiwanymi w Europie Zachodniej, a nawet w USA, a mianowicie

---

[12] Newzoo, *Global Games Market Report 2022*, https://newzoo.com/ [dostęp: 10.10.2022].

[13] C. Crawford, *The Art of Computer Game Design*, Waszyngton 1982, http://www.digitpress.com/library/books/book_art_of_computer_game_design.pdf [dostęp: 28.05.2022].

[14] G. Frasca, *Videogames of the oppressed: Videogames as a means for critical thinking and debate*, USA 2001, https://ludology.typepad.com/weblog/articles/thesis/FrascaThesisVideogames.pdf [dostęp: 10.10.2022].

[15] J. Jull, *Half-real. Video Games between Real Rules and Fictional Worlds*, Boston 2011.

[16] Raport *Kondycja Polskiej Branży Gier 2020*, https://www.kpt.krakow.pl/wp-content/uploads/2021/02/raport_2021_long_final_web.pdf [dostęp: 6.08.2022].

[17] K. Prajzner, *Gracz, postać, obecność i tożsamość*, [w:] *Olbrzym w cieniu. Gry wideo w kulturze audiowizualnej*, red. A. Pitrus, Kraków 2012, s. 57-66.

podają one, że wśród osób kształcących się, niezależnie od poziomu, przeważającą część stanowią aktywni gracze lub osoby, które zetknęły się z grami komputerowymi[18].

3. Gry komputerowe w środowisku osób dorosłych

3.1. Pozaludyczne zastosowanie gier komputerowych

J. Huizinga[19] skonstatował już w 1938 roku, że zabawa odgrywa znaczącą rolę w nauce, literaturze i sztuce. Holenderski historyk i językoznawca zaznaczył również, iż wyróżniająca gry rywalizacja ludyczna wpływa na rozwój psychiczny nie tylko wybranych jednostek, ale całych kultur. P.G. Zimbardo wraz z N. S. Coulombe stwierdzili, iż: „[g]ranie w gry wideo daje mnóstwo korzyści – przede wszystkim jest źródłem świetnej rozrywki, może umożliwiać nawiązywanie licznych relacji społecznych, ułatwiać rozwiązywanie problemów i opracowywanie strategii, a nawet zachęcać do ćwiczeń fizycznych. Gry on-line poprawiają nasze umiejętności informatyczne, co jest nie do przecenienia na obecnym rynku pracy. Dzięki grom on-line można poznać ludzi z całego świata i tym samym inne kultury”[20]. Pierwszoplanową i niewątpliwą funkcją gier jest dostarczanie rozrywki, jednak ograniczenie się do takiego postrzegania możliwości ich zastosowania jest niewystarczające i zakrawać może o ignorancję.

3.2. Społeczne, emocjonalne i psychologiczne korzyści z grania w gry komputerowe

Dr C.J. Ferguson wykazał, że wspólne granie rodziców z dziećmi może poprawić ich relacje, a grający rodzic jest bardziej świadomy tego, co robią dzieci, gdy grają i tym samym bardziej wiarygodny w kwestii stawiania im granic lub po prostu spokojniejszy o ich bezpieczeństwo bo poinformowany[21]. Granie dla gracza to przyjemność, która zaspokaja m.in. potrzeby emocjonalne, buduje pozytywną samoocenę, ugruntowuje system wartości. To, czy granie będzie przynosiło konstruktywne korzyści zależy w główniej mierze od świadomego i celowego doboru gry, dopasowania jej do

---

18 T. Kamiński, *Dlaczego studenci nie grają w gry? Zastosowanie gier w edukacji dorosłych na przykładzie nauczania zarządzania projektami*, „Homo Ludens” 2013, 1(5)/203.

19 J. Huizinga, *Homo ludens. Zabawa jako źródło kultury*, Warszawa 1985.

20 P. G. Zimbardo, N. S. Coulombe, Gdzie ci mężczyźni?, Warszawa 2015, s. 170.

21 J. Miner, *Smatrfonowe dzieciaki. Dla rodziców, których dzieci wychowują się w świecie smartfonów*, Oświęcim 2020, s. 169.

umiejętności percepcyjnych jednostki i jej wrażliwości. Szczególnie ważnym wydaje się współcześnie uwrażliwienie na cyberprzemoc i profilaktyka w tym zakresie.

Gry komputerowe są medium wykorzystywanym przez twórców do ukazywania wątków LGBT, związków jednopłciowych, a niektóre z nich przedstawiają nawet postać osoby transpłciowej (np. *The Sims*). Taki zabieg prowadzić może do oswojenia się z zagadnieniami seksualności osób o odmiennej, niż heteroseksualna, orientacji, a tym samym do wzrostu tolerancji czy społecznej akceptacji[22]. Ponadto, w grze *World of Warcraft* istnieje gildia LGBT, która jest oddolnym ruchem tejże społeczności w środowisku fanów gamingu. To też gra w której miliony graczy kontaktuje się i współpracuje w ramach wirtualnego świata, rozmawiając lub pisząc. Dodatkowo, co często pomijane, gry komputerowe, stawiają wymóg częstego podejmowania przez gracza decyzji i wyboru sposobu działania, a decyzje te niejednokrotnie mogą mieć zabarwienie emocjonalne. Może to oznaczać, że gracz będzie potrafił przenieść wyuczoną decyzyjność do świata realnego, w którym wykaże się większą stanowczością czy samodzielnością. Granie w gry komputerowe może być sposobem na zaspokajanie potrzeb emocjonalnych takich jak poczucie siły, sprawczości, ale też uczucie szczęścia czy sukcesu.[23] Dodatkowo, jak podaje P. Modzelewski istnieją łatwo dostępne gry, które mogą „polepszać nastrój, sprzyjać relaksacji i zmniejszać odczuwany lęk”[24], a poprzez naprzemienne doświadczanie przez gracza sukcesu i porażki, może on samodzielnie modulować własny nastrój. Ten aspekt czyni grę praktycznym, ale też niezbędnym narzędziem, które współczesny człowiek może wykorzystać do regulowania nieprzyjemnych emocji czy walki ze stresem.

3.3. Korzyści z gier dla dydaktyki, edukacji i pracy zawodowej

Gry komputerowe mogą przyczyniać się do rozwoju twórczego myślenia oraz kreatywności. Niestereotypową opinię dotyczącą gier komputerowych oraz możliwości ich wykorzystania sformułował neurolog P. Kernaey. Przekonuje on, że wybrane gry mogą wspomagać rozwój zdolności poznawczych oraz rozwijać umiejętność wielozadaniowości[25].

---

22 P. Modzelewski, *Gry komputerowe a funkcjonowanie psychospołeczne. Przegląd aktualnych doniesień naukowych*, „Konteksty Pedagogiczne” 2018, 2(11).

23 J. Laszkowska, *Oddziaływanie gier komputerowych na młodzież*, „Problemy opiekuńczo-wychowawcze” 2000, 7 (392), s. 29.

24 P. Modzelewski, *Gry komputerowe…*, op. cit., s. 112.

25 G. Small, G. Vorgan, *iMózg. Jak przetrwać technologiczną przemianę współczesnej umysłowości?*, Poznań 2011.

Gry komputerowe są coraz powszechniej wykorzystywanym narzędziem w szeroko ujętych celach edukacyjnych i dydaktycznych. Stosowane są przez nauczycieli w ramach realizowania programu poszczególnych przedmiotów szczegółowych na różnych szczeblach edukacji. Jak wskazuje M. Przybyła, wprowadzenie gier jako elementu edukacyjnego i dydaktycznego, może skutecznie przełamać funkcjonujący stereotyp szkoły jako „najbardziej konserwatywnej instytucji społecznej"[26]. Aktualnie coraz powszechniejszym staje się takie podejście środowisk naukowych, edukacyjnych i zawodowych, które zauważa, że mogą być one źródłem zmiany społecznej, narzędziem budowy i przebudowy tożsamości ich użytkowników[27] oraz złożonym, multimedialnym środkiem dydaktycznym stosowanym w szeroko ujętej edukacji, bowiem w wysokim stopniu angażują i motywują uczestników – co ma zasadniczy wpływ na efektywność procesu kształcenia i procesu uczenia się. Ich walory dostrzeżono także w kształceniu dzieci i młodzieży[28].

Gry komputerowe, bywają tak silnym motywatorem, że sama chęć grania skłania graczy do podejmowania wysiłku związanego z samokształceniem się, aby rozgrywka w ogóle była możliwa lub aby wzmocnić swoją pozycję w danej grze. Tak np. gracze uczą się języków obcych. Gracze podejmują zatem dobrowolny wysiłek związany z nauką. Z kolei B. Smagacz pisze, że współczesne oprogramowanie multimedialne pozwala na „uruchomienie wielu torów przepływu informacji w postaci: obrazów statycznych i dynamicznych, słowa mówionego i drukowanego, muzyki, naturalnych odgłosów przyrody i techniki oraz tzw. języka działań" oraz „[z]a pomocą mediów można pokazać uczącym się te fragmenty rzeczywistości, które niedostępne są w bezpośredniej obserwacji. Prawdą więc jest następujące stwierdzenie: słyszę – łatwo zapominam, słyszę i widzę – zwykle pamiętam, słyszę, widzę i wykonuję – pamiętam i rozumiem"[29].

Wbrew pozorom, kształcenie z wykorzystaniem gier komputerowych może być znacząco tańsze niż tradycyjne, wykorzystywane do tej pory metody, np. z wykorzystaniem symulatorów.

---

26 M. Przybyła*, Digital Natives vs. Digital Immigrants? – szkoła a kreatywność on-line*, „Studia Edukacyjne" 2012, nr 23, s. 203-216.

27 I. S. Fiut, *Gry komputerowe a rozwój kultury popularnej*, „Media – kultura popularna – polityka. Wzajemne oddziaływania i nowe zjawiska", red. J. Bierówka, K. Pokorna-Ignatowicz, Kraków 2014.

28 T. Kamiński, *Dlaczego studenci nie grają w gry? Zastosowanie gier w edukacji dorosłych na przykładzie nauczania zarządzania projektami*, „Homo Ludens" 2013, nr 1(5).

29 B. Smagacz, *Komputerowe wspomaganie umiejętności czytania ze zrozumieniem*, „Miesięcznik Społeczno-Pedagogiczny" 2005, nr 3 (631), s. 26.

3.4. Profilaktyka i terapia z wykorzystaniem gier komputerowych

Współcześnie gry komputerowe mają wpływ na kolektywną świadomość i sposób postrzegania wrażliwych kwestii społecznych czy etycznych. Wykraczając poza sferę rozrywki, stają się skuteczną i coraz popularniejszą alternatywą dla często uciążliwych sposobów rehabilitacji czy tradycyjnych form uprawiania sportu. Dzieje się tak chociażby dzięki temu, że rozwój technologii zwiększa dostępność do niezbędnych narzędzi dla osób z deficytami, niepełnosprawnościami czy w wieku senioralnym (tzw. *silver gaming*).

Niezaprzeczalną korzyścią płynącą z gamingu jest wyrównywanie braków i deficytów w wiedzy i kompetencjach, a także reedukacja osób dorosłych, które z różnych powodów utraciły wcześniej zdobyte umiejętności czy wiadomości. Istnieje szereg badań i opracowań naukowych potwierdzających pozytywny wpływ gier komputerowych na zachowanie oraz kompetencje dzieci z ADHD, dysleksją czy zaburzeniami wzroku lub słuchu, a także komunikowania. Ponadto, jak podaje B. Siemieniecki[30], odpowiednio dobrane programy komputerowe mogą wspierać rozwój osób z upośledzeniem umysłowym czy usprawnić porozumiewanie z osobami dotkniętymi afazją, autyzmem czy udarem mózgu.

Granie daje możliwość integracji i emancypacji społecznej. Nieoczekiwane wydawać się może wykorzystywanie gier, w tym tych z dziedziny e-sportu, jako efektywnej formy reedukacji ruchem, treningu kooperacji i koordynacji oko-ręka, a także ćwiczenia propriocepcji u osób borykających się z bezwładem niesprawnego ciała, pogorszoną koordynacją ruchową czy ruchami spastycznymi. Innym przykładem wykorzystania gier przy zastosowaniu technologii VR (ang. *virtual reality – wirtualna rzeczywistość*) jest praktyka rehabilitacyjna stosowana m.in. w Wielkopolskim Stowarzyszeniu Alzheimerowskim[31], której rehabilitanci i psychologowie przypisują m.in. powstawanie nowych połączeń nerwowych u pacjentów korzystających z okularów VR, a także działanie przeciwdepresyjne.

[30] B. Siemieniecki, *Komputerowa diagnostyka i terapia pedagogiczna – zarys problemów*, [w:] *Komputer w diagnostyce i terapii pedagogicznej*, red. B. Siemieniecki, Toruń 1999.

[31] N. Młodziejewska, *W Poznaniu leczą Alzheimera wirtualną rzeczywistością. Technologia VR sposobem na rehabilitację i ćwiczenie pamięci*, „Głos Wielkopolski Plus" 30.12.2019, https://plus.gloswielkopolski.pl/w-poznaniu-lecza-alzheimera-wirtualna-rzeczywistoscia-technologia-vr-sposobem-na-rehabilitacje-i-cwiczenie-pamieci/ar/c14-14675975 [dostęp: 21.09.2022].

Gry komputerowe często są grami sieciowymi co oznacza, że posiadają dostęp do Internetu. To z kolei daje możliwość grania oraz czatowania z innymi osobami równocześnie. Taka forma interakcji oraz komunikacji znalazła zwolenników chociażby wśród osób z niepełnosprawnościami społecznymi: zespołem Aspergera i spektrum autyzmu. Co ciekawe, z gier komputerowych chętnie korzystają osoby niewidome lub z zaburzoną funkcją widzenia. Jednym z programów Unii Europejskiej jest projekt TIM (ang. *Tactile Interactive Multimedia*), który ma na celu umożliwienie grania w gry komputerowe dzieciom z deficytami wzroku[32]. W grach komputerowych dość często można spotkać postacie, które cierpią na PTSD (ang. *post-traumatic stress disorder – Zespół stresu pourazowego*), przejawiają trudności w wyniku przewlekłego stresu, ujawniają stany psychotyczne, a nawet posiadają cechy autyzmu. Gracz może poznać etiologię danego stanu chorobowego u bohatera gry, co wydaje się ważne w celu lepszego poznania samej choroby czy zaburzenia, ale przede wszystkim empatycznego zrozumienia zachowania postaci. Nierzadkim jest ukazywanie bohaterów gier po amputacjach, z bionicznymi czy tradycyjnymi protezami nóg czy rąk dodatkowo ukazując ich codzienne i niecodzienne zmagania, które to ograniczenia odczuwa sam gracz, chociażby poprzez statystyki zdrowia obniżone do połowy wartości bazowych.

4. Raport z badań empirycznych

4.1. Metodologia badań

Przedmiotem badań określono andragogiczne aspekty zjawiska gamingu wśród osób dorosłych. Głównym celem było ustalenie czy granie w gry komputerowe przez osoby dorosłe niesie za sobą korzyści i wiąże się z pożytecznymi konsekwencjami z andragogicznego punktu widzenia. Z kolei szczegółowymi celami badań było określenie, jakimi konkretnie korzyściami może skutkować granie w gry komputerowe przez osoby dorosłe w obszarze poznawczym, społecznym i emocjonalnym, ale także zdrowotnym. Wykorzystaną metodą badawczą był sondaż diagnostyczny, a ankietowanie to obrana technika badawcza. Logicznym wyborem w zakresie narzędzia badawczego był autorski kwestionariusz ankiety.

[32] N. Walter, *Nowe media dla niewidomych i słabo widzących*, Poznań 2007.

4.2. Przebieg badania

Do przeprowadzenia badania użyto autorskiego formularza ankiety. W badaniu udział wzięło 3127 osób dorosłych, mających obywatelstwo polskie. Istotą uczestnictwa, oprócz pełnoletności, była deklaracja, że osoba chcąca wziąć udział w badaniu gra w gry komputerowe, przy czym znaczenia nie miała częstotliwość, rodzaj gier czy preferowana platforma. Badanie przeprowadzono w dniach 26-28. Marca 2023 roku za pośrednictwem Internetu.

4.3. Charakterystyka próby badawczej

W badaniu przeważającą część stanowili mężczyźni. Udział kobiet był znacząco niższy. Istotne jest uczestnictwo osób, które określiły się jako osoby niebinarne lub transpłciowe i te, które nie wyraziły chęci na udzielenie odpowiedzi dotyczącej płci. Interesująca może wydać się okoliczność, że aż 7 osób odpowiedziało, że ich płeć to m.in. model helikoptera czy drukarki. Zaskakujące wydaje się dochodzenie w tej kwestii. Wywnioskowano, że „inne" to zbiór odpowiedzi, które są nawiązaniem do krążących w Internecie tzw. *Past*[33].

Zastanawiający może wydać się fakt, iż to wcale nie najmłodsza grupa osób dorosłych jest najliczniejsza, jeśli chodzi o czynne granie w gry komputerowe, lecz kolejna, mieszcząca się w przedziale 25-34 lata. Druga pod względem liczebności graczy jest grupa w przedziale wieku 35-44 lata. Można więc pokusić się o stwierdzenie, że zjawisko gamingu obejmuje coraz starsze osoby. Dzieje się tak, być może, nie dlatego, że granie w gry komputerowe staje się niemodne i odchodzi do lamusa, wręcz przeciwnie. Granie jest coraz powszechniejsze, bo łatwiejsze w dostępie, skierowane do osób o różnych umiejętnościach, zainteresowaniach i możliwościach, nawet finansowych i czysto technicznych.

Wyniki uzyskane w zakresie wykształcenia graczy w Polsce odzwierciedlają trend widoczny w wynikach innych badań na gruncie krajowym. Trend ów wskazuje zależność, że im wyższe wykształcenie, tym więcej czynnych graczy.

[33] *Pasta* – to internetowe, absurdalne opowiadanie, rodzaj graficznego *mema* i jednocześnie aktualnie ważny element popkultury. Nazwa pochodzi od angielskiego „copypaste" co oznacza *kupiuj* (copy) i *wklej* (paste) i idealnie odzwierciedla sposób rozprzestrzeniania się tych materiałów w sieci. Pasty pojawiają się najczęściej jako komentarz w mediach społecznościowych lub na forach, a ich tematyka jest nieograniczona. Pasty doczekały się już własnej formy stylistycznej, a wiele z nich zdołało przesiąknąć do języka potocznego młodych ludzi.

4.4. Wyniki własnych badań empirycznych[34]

Według badanych, pięcioma najchętniej wybieranymi rodzajami/gatunkami gier są gry RPG, FPS i strzelanki, gry zręcznościowe i gry akcji, gry przygodowe, RTS i gry strategiczne.

Wśród gier, które zaliczono do „innych” największym powodzeniem cieszą się te, które charakteryzuje bardzo wysoki poziom trudności (np. *roguelike* oraz *soulslike*) oraz gry rytmiczne/muzyczne.

Czas poświęcony na granie opiewa najczęściej na 10-19 godzin na tydzień, a najchętniej wybierana platforma to PC, z kolei 2 miejsce zajmują konsole. Ankietowani udzielili odpowiedzi, że preferowana forma grania to gra zazwyczaj w trybie singleplayer, a tylko czasami multiplayer. Druga w kolejności odpowiedź jest odwrotnością pierwszej.

Gracze określili, że 66% z nich odczuwa korzyści płynące z grania, 28% deklaruje, iż grania wiąże się dla nich jednocześnie z odczuwaniem korzyści i negatywnych skutków, a na równi 3% nie odczuwa korzyści bądź nie umie odpowiedzieć na pytanie.

W zakresie korzyści poznawczych, spośród ponad 14 tysięcy odpowiedzi 5 najczęstszych to:

1. Rozrywka, zabawa;
2. Nauka języka obcego, np. j. angielskiego;
3. Szybsze podejmowanie decyzji, lepszy refleks i spostrzegawczość;
4. Nauka strategicznego i logicznego myślenia;
5. Twórcze myślenie i kreatywność, wyobraźnia, inspiracja, myślenie abstrakcyjne;

Spośród korzyści społecznych 5 najczęściej wymienionych to w odpowiedniej kolejności:

1. Współpraca i kooperacja z innymi graczami;
2. Możliwość rywalizacji i wykazania się;
3. Zwiększenie wrażliwości, empatii i zrozumienia dla drugiego człowieka;
4. Poznawanie nowych osób i możliwość przebywania z innymi graczami, rozmowy;
5. Możliwość dzielenia pasji z dziećmi, umacnianie więzi rodzinnych;
6. Najistotniejsze wg respondentów korzyści zdrowotne to:
7. Granie jest dla mnie formą terapii (np. depresja, autyzm, przebyty udar itp.);
8. To moje „okno na świat”;

[34] Przedstawione wyniki badania są jedynie ich fragmentem i nie odzwierciedlają całkowitego zakresu, a jedynie niewielką ich część.

9. Rehabilitacja ciała, ćwiczenia fizyczne;
10. Walka z otyłością (np. poprzez granie w gry ruchowe czy taneczne);
11. Jestem diabetykiem, zbijam wysoki cukier grając (np. w gry ruchowe, taneczne).

Korzyści emocjonalne i psychologiczne z grania dla ankietowanych to:

1. Relaks i odstresowanie się;
2. Przeżycie ciekawej przygody, pozytywne przeżycia emocjonalne;
3. Zmniejszenie odczuwanego lęku i stresu, odreagowanie napięcia poprzez granie;
4. Słuchanie wartościowej muzyki, podziwianie efektów graficznych (forma kontemplacji);
5. Wzrost poczucia własnej wartości, chęć stawania się lepszym graczem;

Wśród odpowiedzi zaklasyfikowanych jako „inne", gracze odnosili się m.in. do funkcji eskapistycznej gier (ang. *escapism* od *escape* „ucieczka") co definiuje zjawisko ucieczki od problemów w świecie realnym w świat wirtualnych gier komputerowych.[35]

3041 respondentów udzieliło odpowiedzi dotyczących pytania o negatywne skutki grania w gry komputerowe, a odpowiedzi było prawie 6 tysięcy: Najczęściej wybierane, oprócz twierdzenia, które uplasowało się na pierwszym miejscu, że grania nie przynosi respondentom negatywnych konsekwencji, to:

1. Przeznaczanie zbyt dużej ilości czasu na granie (zaniedbywanie rodziny, pracy, hobby);
2. Inwestowanie zbyt wielu pieniędzy w gry lub możliwość grania, dodatki do gier czy rozszerzenia;
3. Otyłość, pogorszenie zdrowia fizycznego;
4. Rezygnacja z realnego życia społecznego, unikanie spotkań towarzyskich;
5. Wzrost frustracji lub niezadowolenia z życia;

6. Wnioski

Najprostszym i najogólniejszym, a zarazem najłatwiejszym do wychwycenia wnioskiem jest ten, który mówi, iż granie w gry komputerowe jest niesłusznie demonizowanym zjawiskiem, zarówno w odniesieniu do społeczeństwa, poszczególnych jego grup czy też samych jednostek. Oczywiście, granie, jak każda inna aktywność człowieka, niesie

[35] Eskapizm - https://pl.wikipedia.org/wiki/Eskapizm [dostęp: 09.04.2023].

za sobą zarówno korzystne, jak i negatywne skutki. Jednakże, jak wykazało badanie, owe negatywne skutki nie stanowią proporcjonalnie o takim ich zakresie, aby można było mówić, iż granie w gry komputerowe wiąże się z jednoznacznie pejoratywnymi konsekwencjami, przez co z góry tę aktywność należy negować. Przeciwnie, jak wykazano w badaniu, niekorzystne skutki grania dotyczą osób dorosłych w pełni świadomych konsekwencji własnego działania i podjętych decyzji nawet, gdy dotyczą one sposobu spędzania wolnego czasu. Stwierdzono, że konstruktywne korzyści płynące z gamingu są tak powszechne oraz rozbudowane, iż ogromną ignorancją w aspekcie chociażby pedagogicznym byłoby unikanie tej formy pracy, nauki, terapii czy nawet rozrywki, a nawet zapotrzebowania na usługi pośrednio lub bezpośrednio będące pochodną tego zjawiska.

W związku z powyższym wyciągnięto również wniosek zaprzeczający powszechnym i, jak się okazuje, nieprawdziwym opiniom, które mówią o samotności i społecznej izolacji graczy, ponieważ prawie 65% osób biorących udział w badaniu pozostaje w związku małżeńskim lub związku nieformalnym (badanie nie określa poziomu alienacji poszczególnych osób tworzących owe związki). Spostrzeżenie to potwierdzają również odpowiedzi ankietowanych z innych pytań zawartych w formularzu ankiety. Aż prawie 25% ankietowanych podało, że przebywanie w gronie znajomych czy chęć poznania nowych osób jest dla nich motywacją do grania, a prawie 17% określiło, że jest to dla nich korzyść wynikająca bezpośrednio z grania. Ponadto, niespełna 34% osób biorących udział w badaniu określiło, że granie w gry komputerowe to dla nich „okno na świat", a zatem można założyć, że granie jest pewnym sposobem radzenia sobie z samotnością czy izolacją społeczną.

Na podstawie dalszej dogłębnej analizy otrzymanych wyników badań ankietowych wysunięto wniosek, iż istnieje zależność pomiędzy płcią, a preferowanymi rodzajami/gatunkami gier. Porównano odpowiedzi w zakresie gier logicznych oraz tzw. strzelanek. Kobiety wybierają chętniej gry logiczne (35%), a rzadziej gry typu strzelanki (26%). Z kolei mężczyźni mają odwrotne preferencje – wybierają chętniej gry typu strzelanki (60%), a rzadziej gry logiczne (26%).

Ciekawy wniosek nasuwa się w trakcie analizy korzyści poznawczych, jakie, według ankietowanych, przynosi im granie w gry komputerowe. Najczęściej deklarowaną korzyścią z zakresu korzyści poznawczych jest ta związana z nauką języka obcego, np. angielskiego. Aż 3 grupy wiekowe mężczyzn określiły, że nauka języka obcego jest najwyższą korzyścią. Jednak interesującą obserwacją wydaje się spostrzeżenie, iż korzyść ta traci na znaczeniu wraz ze wzrostem wieku graczy, a prym dla

graczy od 45 lat wzwyż zaczyna wieść rozrywka i zabawa. Jeśli chodzi o graczy płci żeńskiej zaobserwowano podobną zależność, jednak nauka języka obcego była najczęściej wybieraną korzyścią jedynie dla najmłodszej grupy wiekowej. Im pasjonatki grania są starsze, tym bardziej cenią sobie rozrywkę i zabawę jako korzyść poznawczą płynącą z grania. Rozrywka i zabawa, rozumiana jako korzyść poznawcza, rośnie wraz z wiekiem graczek. Z kolei wartość, która utrzymywała się na najbardziej zbliżonym poziomie (najmniejsze odchylenie) to realizowanie pasji poprzez granie i dotyczy ona mężczyzn w każdej grupie wiekowej. Dalej, w zakresie korzyści poznawczych zaobserwowano, iż najniższą wartość ankietowani przypisali zdobyciu wiedzy i umiejętności pomocnej w szkole lub pracy. Dodatkowo, maleje ona wraz z wiekiem bez względu na zadeklarowaną płeć. Jednakże, jak wspomniano wcześniej w niniejszej pracy oraz na podstawie przytoczonych zewnętrznych wyników badań, zauważono, że liczba graczy rośnie wraz ze wzrostem ich wykształcenia. Nasuwa się pytanie, czy zależność ta nie przybiera odwrotnej kolejności – np. że liczba osób posiadających wyższe wykształcenie rośnie wraz ze wzrostem liczby graczy. Jest to zdecydowanie spostrzeżenie godne dokładnego zbadania i przeanalizowania tej korelacji, chociażby w kontekście projektowania programów nauczania czy możliwych kierunków rozwijanych pasji, a nawet propagowania podnoszenia kwalifikacji.

5. Zakończenie

Gry komputerowe swoim zasięgiem obejmują zainteresowania coraz liczniejszych grup zawodowych, społecznych, kulturowych. Ogromny zakres możliwego wykorzystania gier komputerowych, ich rosnąca powszechność zastosowania, a także użytkowania, obejmująca coraz szerszym zakresem każde kolejne pokolenie, nie tyle daje nam do zrozumienia, że czas zacząć traktować poważnie gry komputerowe, co założyć, iż nie ma od tego odwrotu.

Hasło „granie w gry komputerowe" nabiera zupełnie nowego, niebanalnego znaczenia. Obecnie, choć świadomość tej części społeczeństwa, która kontynuuje krzywdzący i niesprawiedliwy osąd graczy i zjawiska gamingu w każdej jego odsłonie, nadal jest dostrzegalny, to znacząco zmieniła się świadomość samych graczy. To oni właśnie definiują istotę grania, ukazują to społeczne zjawisko w innym, ciekawszym świetle, które unaocznia możliwości stojące przed graczami. Okazuje się bowiem, że możliwości te to rozwój osobisty, intelektualny czy, co zadziwiać może najmocniej, społeczny. Na ten moment to już globalne zjawisko, pochłaniające uwagę całych

pokoleń. Z kolei infantylne i bezpodstawne wydaje się myślenie, iż walka z rozpowszechniającym się zjawiskiem gamingu jest możliwa do wygrania. Największym błędem jest sądzić, że jest to sytuacja odwracalna o wybiórczym charakterze. Bynajmniej, granie w gry komputerowe to, jakiejkolwiek formy nie przybierze, nieodłączny element codziennego już życia pokolenia Z czy Alfa. Absurdem wydaje się bowiem podejmowanie walki z technologią, która towarzyszy owym generacjom od urodzenia, a gry komputerowe to element zastanego przez nich świata. Dlatego też rolą (i wyzwaniem) rodziców i pedagogów jest zaznajomienie się ze światem gier, możliwościami i zagrożeniami, jakie się z nimi wiążą. Tylko świadomy dorosły może optymalnie wykorzystać dostępne dobra zarówno we własnym rozwoju, jak i dzieci, którymi się opiekuje. Najkorzystniejsze wydaje się zatem opanowanie takiego sposobu myślenia, które w ogóle nie dopuszcza rozumienia kontaktu z grami jako walki, a przyjmuje jako oczywistą kolej rzeczy na drodze do rozwoju i technizacji naszego życia i życia kolejnych pokoleń. Dodatkowo, nieodpowiednie wydaje się ignorowanie funkcji, jaką pełnią gry komputerowe, a mianowicie, że są rozrywką, formą zabawy, a granie w nie zmniejsza poziom stresu i lęku. Czy w świecie naszpikowanym stresorami, gdzie mnogość bodźców, zadań i poziomu lęku zwiększa częstotliwość zapadania na depresję czy zaburzenia lękowe, a nawet zapadanie na choroby o podłożu psychosomatycznym, owo oddziaływanie może być złe i niekorzystne? Chciałoby się rzec, że nawet gdyby gry niosły za sobą tę jedną jedyną korzyść, jaką jest zmniejszenie poziomu stresu, lęku i dawanie graczom rozrywki, byłaby to wspaniała i niezwykle pożądana funkcja, a pamiętać należy, że jest ich, jak starano się wykazać, o wiele więcej.

Bibliografia

1. Crawford C., *The Art of Computer Game Design*, Waszyngton 1982, http://www.digitpress.com/library/books/book_art_of_computer_game_design.pdf.
2. Fiut I. S., *Gry komputerowe a rozwój kultury popularnej*, [w:] *Media – kultura popularna – polityka. Wzajemne oddziaływania i nowe zjawiska*, red. J. Bierówka, K. Pokorna-Ignatowicz, Kraków 2014.
3. Frasca G., *Ludology meets narratology: similitude and diferences between (video) games and narrative*, „Parnasso" 1999, nr 3, https://ludology.typepad.com/weblog/articles/ludology.html.
4. Frasca G., *Videogames of the oppressed: Videogames as a means for critical thinking and debate*, USA 2001, https://ludology.typepad.com/weblog/articles/thesis/FrascaThesisVideogames.pdf.
5. Horbowski A., *Edukacja do dialogu potrzebą społeczną*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych" 2005, nr 3.
6. Huizinga J., *Homo ludens. Zabawa jako źródło kultury*, Warszawa 1985.
7. Jull J., *Half-real. Video Games between Real Rules and Fictional Worlds*, Boston 2011.

8. Kamiński T., *Dlaczego studenci nie grają w gry? Zastosowanie gier w edukacji dorosłych na przykładzie nauczania zarządzania projektami*, „Homo Ludens" 2013, 1(5)/203.
9. Krzysztofek K., *Okno na e-świat*, [w:] *Wielka sieć. E-seje z socjologii Internetu*, red. J. Kurczewski, Warszawa 2006.
10. Laszkowska J., *Oddziaływanie gier komputerowych na młodzież*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze" 2000, 7/2000 (392).
11. Miner J., *Smatrfonowe dzieciaki. Dla rodziców, których dzieci wychowują się w świecie smartfonów*, Oświęcim 2020.
12. Modzelewski P., *Gry komputerowe a funkcjonowanie psychospołeczne. Przegląd aktualnych doniesień naukowych*, „Konteksty Pedagogiczne" 2(11)/2018.
13. Okoń W., *Andragogika* [w:] tegoż, *Nowy słownik pedagogiczny*, Warszawa 2007.
14. Półturzycki J., *Tendencje rozwojowe edukacji dorosłych w XXI wieku*, [w:] *Nauczyciel andragog u progu XXI wieku*, red. W. Horynia, J. Maciejewski, Wrocław 2002.
15. Prajzner K., *Gracz, postać, obecność i tożsamość*, [w:] *Olbrzym w cieniu. Gry wideo w kulturze audiowizualnej*, red. A. Pitrus, Kraków 2012.
16. Przybyła M., *Digital Natives vs. Digital Immigrants? – szkoła a kreatywność on-line*, „Studia Edukacyjne" 2012, nr 23.
17. Siemieniecki B., *Komputerowa diagnostyka i terapia pedagogiczna – zarys problemów*, [w:] *Komputer w diagnostyce i terapii pedagogicznej*, red. B. Siemieniecki, Toruń 1999.
18. Smagacz B., *Komputerowe wspomaganie umiejętności czytania ze zrozumieniem.* „Miesięcznik Społeczno-Pedagogiczny" 2005, nr 3 (631).
19. Small G., Vorgan G., *iMózg. Jak przetrwać technologiczną przemianę współczesnej umysłowości?*, Poznań 2011.
20. Strykowski W., *Pedagogika i edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*, [w:] *Edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*, red. S. Juszczyk, Toruń 2002.
21. Strykowski W., *Pedagogika medialna*, [w:] *Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku*, red. T. Pilch, Warszawa 2005.
22. Suchodolski B., *Edukacja permanentna - rozdroża i nadzieje*, Warszawa 2003.
23. Walter N., *Nowe media dla niewidomych i słabo widzących*, Poznań 2007.
24. Zimbardo P. G., Coulombe N. S., *Gdzie ci mężczyźni?*, Warszawa 2015.

Strony internetowe

1. Eskapizm - https://pl.wikipedia.org/wiki/Eskapizm.
2. *Ludologia*, Obserwatorium Językowe Uniwersytetu Warszawskiego, https://nowewyrazy.uw.edu.pl/haslo/ludologia.html.
3. Młodziejewska N., *W Poznaniu leczą Alzheimera wirtualną rzeczywistością. Technologia VR sposobem na rehabilitację i ćwiczenie pamięci*, „Głos Wielkopolski Plus" 30.12.2019, https://plus.gloswielkopolski.pl/w-poznaniu-lecza-alzheimera-wirtualna-rzeczywistoscia-technologia-vr-sposobem-na-rehabilitacje-i-cwiczenie-pamieci/ar/c14-14675975.
4. Newzoo, *Global Games Market Report 2022*, https://newzoo.com/.
5. Polskie Towarzystwo Badania Gier - https://www.ptbg.org.pl/.
6. PTSD - https://pl.wikipedia.org/wiki/Zesp%C3%B3%C5%82_stresu_pourazowego.
7. Raport *Kondycja Polskiej Branży Gier 2020*, https://www.kpt.krakow.pl/wp-content/uploads/2021/02/raport_2021_long_final_web.pdf.
8. VR - https://pl.wikipedia.org/wiki/Rzeczywisto%C5%9B%C4%87_wirtualna.

Ankieta. Gry komputerowe wśród osób dorosłych – aspekt andragogiczny.

Szanowni Państwo,
nazywam się Joanna Betlejewska i jestem studentką pedagogiki na Akademii im. Jakuba z Paradyża w Gorzowie Wielkopolskim. Zwracam się z prośbą o udział w badaniu, którego celem jest ustalenie czy granie w gry komputerowe przez osoby dorosłe niesie za sobą korzyści i czy wiąże się z pożytecznymi konsekwencjami z punktu widzenia edukacji dorosłych. Badania prowadzone są w ramach przygotowywanej przeze mnie pracy magisterskiej pod kierunkiem prof. AJP dr hab. M. Wasilewskiego.

Badanie skierowane jest wyłącznie do osób pełnoletnich, które deklarują, że grają w gry komputerowe oraz mieszkają na terenie Rzeczypospolitej Polski.

Ankieta jest całkowicie anonimowa.

Uczestnictwo w badaniu jest całkowicie dobrowolne. W dowolnym momencie wypełniania ankiety można odmówić dalszego w niej udziału lub w każdej chwili przerwać udzielanie odpowiedzi bez podawania przyczyny.

Badanie polega na wypełnieniu ankiety, na którą składa się 18 pytań. Czas badania wynosi około 7-8 minut. Ważne jest ustosunkowanie się do wszystkich zawartych w niej pytań i podanie spontanicznych odpowiedzi, czyli takich, które w pierwszej chwili przychodzą Pani/Panu na myśl. W badaniu nie ma dobrych (poprawnych) lub złych (niepoprawnych) odpowiedzi.

Bardzo dziękuję za udział!
Joanna Betlejewska

*Wymagane

1. **Płeć** *

   Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

   - kobieta
   - mężczyzna
   - nie chcę udzielać odpowiedzi
   - Inne: ____________________

2. **Wiek** *

   Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

   - 18-24
   - 25-34
   - 35-44
   - 45-54
   - 55-64
   - 65 lat i więcej

3. **Stan cywilny** *

   Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

   - kawaler/panna
   - żonaty/mężatka
   - w związku nieformalnym/partnerskim
   - wdowiec/wdowa
   - rozwodnik/rozwódka
   - Inne: ____________________

4. **Miejsce zamieszkania** *

Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

- wieś
- miasto do 20 tys. mieszkańców
- 20-49 tys. mieszkańców
- 50-99 tys. mieszkańców
- 100-199 tys. mieszkańców
- 200-500 tys. mieszkańców
- powyżej 500 tys. mieszkańców

5. **Wykształcenie** *

Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

- podstawowe
- gimnazjalne
- zasadnicze zawodowe
- średnie
- wyższe niepełne
- wyższe

6. **Status zawodowy** *

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- mam stałą pracę
- studiuję
- jestem emerytem/rencistą
- pracuję dorywczo
- nie pracuję/zajmuję się domem
- jestem osobą bezrobotną
- uczę się (np. w szkole pomaturalnej)
- jestem na urlopie macierzyńskim/tacierzyńskim/wychowawczym
- Inne: ______________________

7. **Czy określiłabyś/byś się mianem graczki/gracza?**

Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

- tak
- nie
- nie wiem

8. **Jakie rodzaje gier preferujesz?**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- gry karciane/pasjanse
- gry planszowe
- gry logiczne
- RPG
- gry zręcznościowe, gry akcji
- gry sportowe
- FPS, strzelanki
- gry przygodowe
- gry wyścigowe
- MMO
- gry symulacyjne
- RTS, gry strategiczne
- MOBA
- sandbox
- survival
- gry platformowe
- Inne: ______________________

9. **Ile czasu tygodniowo poświęcasz na granie w gry komputerowe?**

Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

- więcej niż 20 godzin na tydzień
- 10-19 godzin na tydzień
- 5-9 godzin na tydzień
- 1-4 godziny na tydzień
- mniej niż 1 godzinę na tydzień

10. **Z jakiej platformy do grania korzystasz?**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- [ ] PC
- [ ] konsole
- [ ] telefon/tablet
- [ ] gry w serwisach
- [ ] sprzęt retro

11. **Jaką formę grania preferujesz?**

Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

- ( ) zawsze sam/a (tryb single-player)
- ( ) zazwyczaj sam/a (tryb single-player), ale czasem gram z innymi graczami (tryb multiplayer on-line)
- ( ) zazwyczaj z innymi graczami (tryb multiplayer on-line), ale czasem gram sam/a (tryb single-player)
- ( ) zawsze z innymi graczami (tryb multiplayer on-line)
- ( ) nie wiem

12. **Co motywuje Cię do grania w gry komputerowe?**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- [ ] z nudy, dla zabicia czasu
- [ ] żeby się zrelaksować lub odstresować
- [ ] aby przybywać w gronie znajomych lub poznać nowe osoby
- [ ] aby odpocząć od sytuacji w realnym świecie
- [ ] żeby się czegoś nauczyć, zdobyć jakąś umiejętność
- [ ] dla możliwości wcielenia się w jakąś postać, odegrania roli
- [ ] dla emocji (np. adrenaliny, rywalizacji)
- [ ] gram w ramach nauki lub pracy
- [ ] usprawnienie ciała lub umysłu, granie jako forma terapii
- [ ] żeby spędzić czas z dziećmi, podzielać ich pasje
- [ ] Inne: ____________________

13. **Czy uważasz, że granie w gry komputerowe przynosi Ci korzyści?**

Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

- tak
- nie (pomiń następne 4 pytania)
- tak i nie (przynosi korzyści, ale też mi szkodzi)
- nie wiem

14. **Jakie korzyści, Twoim zdaniem, przynosi Ci granie w gry komputerowe? Część 1.**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- nauka języka obcego, np. angielskiego
- szybsze podejmowanie decyzji, lepszy refleks i spostrzegawczość
- twórcze myślenie i kreatywność
- nauka strategicznego, logicznego myślenia
- zdobycie wiedzy i umiejętności pomocnej w szkole lub pracy, podniesienie kwalifikacji
- rozrywka, zabawa
- realizowanie pasji poprzez granie
- poprawa koncentracji i uwagi
- umiejętności techniczne związane np. z obsługą komputera
- poprawa pamięci
- Inne: ______________________

15. **Jakie korzyści, Twoim zdaniem, przynosi Ci granie w gry komputerowe? Część 2.**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- zwiększenie wrażliwości, empatii i zrozumienia dla drugiego człowieka
- możliwość dzielenia pasji z dziećmi, umacnianie więzi rodzinnych
- współpraca i kooperacja z innymi graczami
- możliwość rywalizacji i wykazania się
- poznawanie nowych osób i możliwość przebywania z innymi graczami, rozmowy
- Inne: ______________________

16. **Jakie korzyści, Twoim zdaniem, przynosi Ci granie w gry komputerowe? Część 3.**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- ☐ granie jest dla mnie formą terapii (np. depresja, autyzm, przebyty udar itp.)
- ☐ rehabilitacja ciała, ćwiczenia fizyczne
- ☐ walka z otyłością np. poprzez taniec w grze komputerowej
- ☐ to moje "okno na świat"
- ☐ to mój sposób na zbijanie cukru, jestem diabetykiem
- ☐ Inne: ____________________

17. **Jakie korzyści, Twoim zdaniem, przynosi Ci granie w gry komputerowe? Część 4.**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- ☐ zmniejszenie odczuwalnego lęku i stresu, możliwość odreagowania napięcia poprzez granie
- ☐ wzrost poczucia własnej wartości, chęć stawania się lepszym graczem
- ☐ lepsze radzenie sobie z własnymi emocjami
- ☐ relaks i odstresowanie się
- ☐ możliwość wyrażania siebie, swoich poglądów
- ☐ słuchanie wartościowej muzyki lub podziwianie efektów graficznych
- ☐ przeżycie ciekawej przygody/pozytywne przeżycia emocjonalne
- ☐ Inne: ____________________

18. **Jakie, Twoim zdaniem, negatywne skutki przynosi Ci granie w gry komputerowe?**

Zaznacz wszystkie właściwe odpowiedzi.

- ☐ przeznaczanie zbyt dużej ilości czasu na granie (zaniedbywanie rodziny, pracy, hobby)
- ☐ uzależnienie od gier potwierdzone przez lekarza jako ICD-11
- ☐ inwestowanie zbyt wielu pieniędzy w gry lub możliwość grania, dodatki do gier czy rozszerzenia
- ☐ rezygnacja z realnego życia społecznego, alienacja, unikanie spotkań towarzyskich
- ☐ wzrost agresji
- ☐ wzrost frustracji lub niezadowolenie z życia
- ☐ depresja lub inne zaburzenia psychiczne lub emocjonalne
- ☐ niezadowolenie ze zbyt wulgarnych, erotycznych i ukazujących przemoc scen w grach
- ☐ zwiększenie odczuwanego lęku/stresu
- ☐ obniżenie poczucia własnej wartości
- ☐ doświadczenie cyberprzemocy
- ☐ otyłość, pogorszenie zdrowia fizycznego
- ☐ granie nie przynosi mi negatywnych skutków
- ☐ Inne: ______________________________

Bardzo dziękuję za poświęcony czas.